

تیروئید یک غده شبیه به بال پروانه است که در جلوی گردن و زیر سیب آدم قرار گرفته و هورمون های تیروکسین T4 و تری یدو تیرونین T3 را تولید و به داخل خون ترشح می کند . این هورمون ها سرعت کار و تولید انرژی در بدن را به عهده دارند . تیروئید افراد سالم به اندازه کافی هورمون می سازد این هورمون ها سوخت و ساز بدن و وزن ما را تنظیم کرده و در بعضی اعضا اثرات اختصاصی دارند مانند قلب که در اثر این هورمون ها تندتر می زند . پر کاری تیروئید حالتی است که باعث می شود مقدار زیادی هورمون به بافت های بدن برسد .

علل پرکاری تیروئید :

۱-گاهی غده تیروئید ممکن است فعالیت بیش از حد داشته باشد و تولید هورمون زیاد شود که به آن بیماری گریوز یا گواتر سمی منتشر می گویند .

۲-گاهی یک یا چند توده در تیروئید افزایش فعالیت پیدا می کنند که اگر توده یک عدد باشد گره سمی خودکار نامیده شده و اگر چندین توده باشد ، گواتر سمی چند گره ای نامیده می شود .

۱

۳-گاهی غده تیروئید ممکن است دچار التهاب شود که تیروئیدیت نامیده می شود و باعث آزاد شدن هورمون تیروئید ذخیره شده در غده تیروئید و پرکاری تیروئید می شود .

۴-مصرف بیش از حد هورمون تیروئید موجب علائم پر کاری تیروئید می شود .

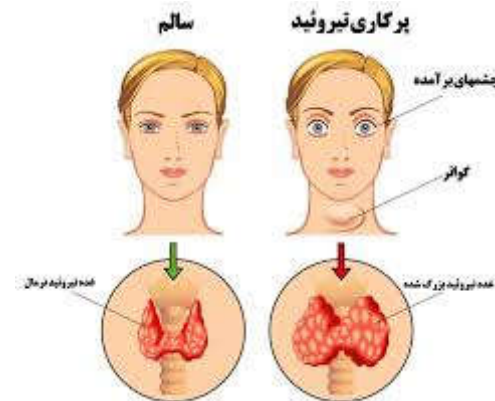
۵-بعضی از داروها مانند آمیودارون و محلول لوگل حاوی مقادیر زیادی ید هستند که تیروئید جهت تولید هورمون از آن استفاده می کند . مصرف این داروها در بعضی از افراد با ایجاد پرکاری همراه است

علائم و نشانه های پرکاری تیروئید

افزایش تعداد ضربان قلب ، افزایش خفیف فشار خون ، افزایش تعریق ، تحریک پذیر بودن ، لرزش دستها ، ضعف عضلات بخصوص در ناحیه شانه و لگن و ران ها ، کاهش وزن علیرغم اشتهای خوب ریزش مو ، جدا شدن ناخن از بستر ، تورم نوک انگشتان (چماقی شدن) ، گواتر یا بزرگی تیروئید تغییر در ضخامت پوست به صورت ضخیم شدن پوست بخصوص در قسمت جلوی استخوان ساق پا افزایش حرکات دستگاه گوارش ، کاهش تعداد

۲

دفعات قاعدگی یا کاهش حجم خونریزی ، بزرگ شدن پستان در آقایان و برجسته شدن چشم ها پرکاری تیروئید می تواند باعث کشیده شدن پلک فوقانی به طرف بالا و نگاه خیره شده و یا باعث بیرون زدگی یک یا دو چشم از حدقه شود که به آن اکزو فتالمی می گویند .



آزمایش های تشخیصی :

۱-تاریخچه بیماری و معاینات بالینی

۲-اندازه گیری هورمون های تیروئید ، تیروتروپین و آنتی بادی های تحریک کننده موجود در خون

۳-ارزیابی ساختمان و عملکرد غده تیروئید با استفاده از تجویز مقدار کم ید رادیو اکتیو

۴-اندازه گیری TSH

۳

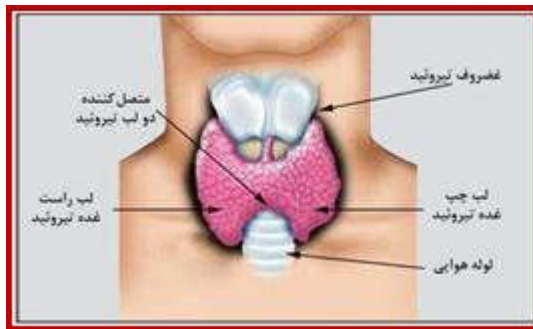


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

پرکاری تیروئید (هیپر تیروئیدیسم)



واحد آموزش به بیمار

سایت بیمارستان:

<http://shohada.lums.ac.ir>

شماره تلفن های بیمارستان: ۰۱-۳۳۲۳۶۴۰۷

منابع غذایی عمده ویتامین های فوق عبارتند از انبه کیوی ، مرکبات ، سبزیجات برگ سبز ، جوانه حبوبات شیر و فرآورده های آن و ماهی . به نظر می رسد که مقادیر زیاد ویتامین آ باعث مهار عملکرد غده تیروئید شود . همچنین مکمل های ویتامین ث برای بهبود علائم و شرایط متابولیکی مفید می باشد .

باید از مصرف زیاد ید پرهیز شود . در ضمن از مصرف بعضی غذاهای دریایی ، علف ها و جلبکهای دریایی که غنی از ید هستند نیز خودداری شود . استفاده از ترکیباتی که باعث کاهش عملکرد غده تیروئید می شود (گواتروژن ها) در پرکاری تیروئید موثر خواهد بود . این ترکیبات شامل سبزیجات خانواده کلم مانند کلم گل کلم ، کلم قمری و کلم بروکلی ، شلغم ، اسفناج گلایی ، هلو و همچنین بادام زمینی و سویا است که این ترکیبات معمولاً به دنبال حرارت از بین می روند .

باید از مصرف همزمان این مواد با داروهای ضد تیروئید خودداری شود چون باعث افزایش عوارض جانبی داروها می شود .

با توجه به سوخت و ساز کلسیم در بیماران با پرکاری تیروئید ، جهت پیشگیری از استئوپروز (یاپوکی استخوان) مصرف مکمل های کلسیم می تواند مفید باشد .

چون در پرکاری تیروئید مقدار TSH (هورمون تحریک کننده تیروئید) در خون کم می شود و به محض تشخیص باید بیمار سریعاً تحت درمان قرار گیرد . معمولاً از ید رادیو اکتیو ، داروهای ضد تیروئید و در برخی موارد با روشهای جراحی بخشی از غده برداشته می شود .

در هریک از این روش های درمانی ، تغییر شیوه زندگی ، تغییر و اصلاح رژیم غذایی می تواند به بهبود بیمار کمک کند .

رژیم غذایی در پرکاری تیروئید :

بهتر است بیماران تعداد وعده های غذایی خود را افزایش داده و حجم هر وعده غذا را کم نمایند .

جهت تامین نیازهای پروتئینی بدن ، مصرف تخم مرغ گوشت قرمز ، گوشت مرغ و ترکیب غلات و حبوبات در رژیم غذایی بیمار توصیه می شود . در صورت تخلیه ذخایر پروتئینی بدن ، استفاده از مکمل های پروتئینی می تواند مفید باشد . همچنین با توجه به افزایش نیاز به ویتامین ها ، استفاده از مکمل های ویتامین ث و ویتامین های ب کمپلکس بخصوص ویتامین های ب ۱ ، ب ۲ ، ب ۶ و ب ۱۲ مفید است .